

par Lilisarah

Bulles de savon 
SOINS

Parenthèse enchantée

Idéal après le bain, le massage peut se révéler magique pour préparer en douceur les petits énervés au sommeil. Installez-vous confortablement dans une pièce chauffée à 24 °C, votre bout d'chou sur une serviette sèche et une couverture à portée de main pour éviter les refroidissements.



La bulle « Pro »

Frédérique Jules, kiné pour bébés, anime les ateliers massage à l'Espace Weleda : « Il existe autant de façons de masser qu'il existe de bébés. N'hésitez pas à suivre une séance si vous vous sentez un peu perdu(e) au départ. Le massage a des vertus miraculeuses : il donne confiance en soi, permet un meilleur développement moteur, prépare au sommeil et, chose essentielle : il développe la relation parent-enfant. »

☛ Espace Weleda :

10, av. Franklin-Roosevelt,
75008 Paris. Tél. : 01 53 96 06 15 ;
www.weleda.fr

(1) Très pratique, l'« huile de massage » en spray de **Mustela bébé**, pour ajuster la bonne dose. Nouvelles recrues (Made in Switzerland), spécialement dédiées à la peau hypersensible des bébés : (2) l'« huile de massage » **Alpaderm**, composée d'une eau exceptionnellement pure et d'huiles biologiques de jojoba, de bourrache et d'onagre (entre autres) et (3) la « crème tendresse bébé » **Calinesse**, estampillée bio, au lait d'ânesse riche en vitamines, minéraux et oligo-éléments. Véritables odes à la tendresse : (4) l'« huile de massage végétale Mamã e Bebê », de la maison brésilienne **Natura**, et (5) l'« huile de massage bébé » **Résonances**, parfumée à la vanille et à l'orange douce (mmm... totalement régressif !). (6) Celles qui préfèrent la simplicité opteront pour l'« huile de massage base neutre » du **Carré des Simples**. (7) Enfin, littéralement prodigieuse, l'« huile de massage ventre de bébé » de **Weleda** favorise la digestion. Masser le ventre dans le sens des aiguilles d'une montre ; les extraits de marjolaine, camomille et cardamome feront le reste.